Zpravodaj Vsetínské nemocnice

Pro zdraví Valašska

1. místo NEJLEPŠÍ NEMOCNICE KRAJE 2021 AMBULANTNÍ PACIENTI HCI

ČÍSLO 2 | KVĚTEN 2022 | INFORMAČNÍ PERIODIKUM

111 let nemocnice na Vsetíně

Vážené čtenářky, vážení čtenáři.

Každý pracovní den začínám tak, že si otevřu nemocniční informační systém a procházím všechna lůžková oddělení. Ještě před časem, abych spočítal, kolik máme pacientů „C+“, jak jsme označovali nemocné Covid 19. Teď sleduji, jak jsou obsazena naše oddělení, kolik je pacientů na interně, chirurgii, kolik máme novorozenců apod. Samozřejmě, že mne každý den zajímá operační program.

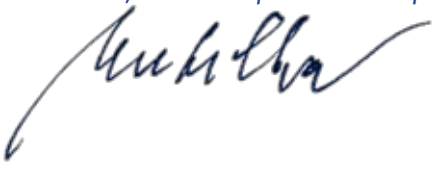
Musím konstatovat, že po covidovém útlumu jsme se docela dobře „rozjeli“. Na interním oddělení je nyní každý den plno, i když zůstává několik lůžek volných, což je přirozené a potřebné. Líbí se mi, že se pružně využívají lůžka v rámci spojeného lůžkového fondu neurologie a interny. Samozřejmě, že vše se odvíjí od vzájemné spolupráce a s pochopením u obou odborností.

Zvláštní část musím věnovat dětskému oddělení. Momentálně nejpalčivějšímu problému k řešení. Dostali jsme se do takových obtíží, že i dnes je provoz omezen, prakticky jen na ambulantní péči. S pomocí lékařů z novorozeneckého oddělení KNTB jsme schopni zajišťovat chod našeho novorozeneckého oddělení. A tím pádem je naše porodnice trvale v provozu. Mohu všechny čtenáře ujistit, že ve vedení nemocnice není ani jeden člověk, který by pochyboval o další existenci dětského oddělení. Všichni se snažíme situaci zachránit a děláme pro to vše, možné i nemožné. Je to velmi svízelná situace, neboť pochybnosti o další existenci oddělení dále ztěžují hledání tolik potřebných lékařů. Udržet stávající zdravotnický personál je také stále obtížnější. Proto zdůrazňuji, že jednotná podpora zachování dětského oddělení od všech zaměstnanců výrazně napomáhá ke zdárnému řešení. Jakékoliv zpochybňování a nediplomatické kroky a vyjádření poškozují toto pracoviště a maří snahy o vyřešení.

Velmi pozitivně vidím další vývoj chirurgických oborů, i když jistě není jednoduché dennodenně se vypořádávat s nepoměrem mezi obsazeností lůžek a počty pacientů, které je potřeba přijmout k operacím. Zvládat tolik propouštění a přijímání pacientů najednou, za to patří všem velký obdiv. Přes všechny tyto potíže jsou operační sály velmi pěkně využívány, operuje se vskutku hodně intenzivně. Náhrady nosných kloubů, kyčlí a kolen jsou v operačním programu pravidelně a určitě se do budoucna podaří zkrátit čekací dobu na tyto operace.

Nebudu již dále pokračovat ve vyjmenovávání všech oddělení, ambulancí a jednotlivých pracovišť. Ale i ta ostatní jsou pro nemocnici důležitá. Tolik prostoru jsem však na dnešní úvodník nedostal. Jako lékař jsem psal o zdravotnických pracovištích. Ale nyní přeji všem zaměstnancům, zdravotníkům i nezdravotníkům, klid k další práci, bez covidu. Blíží se období dovolených, tak si zvolte takovou, která Vás uspokojí, odpočinete si a naberete další síly.

MUDr. Martin METELKA, MBA
člen představenstva, náměstek pro léčebnou péči



Chirurgové mají na sálech špičkovou robotickou ruku

Špičkovou robotickou ruku za bezmála dva a půl milionu korun využívají nově chirurgové na centrálních operačních sálech. Robotický asistent kamery pro laparoskopii, jak se správně přístroj nazývá, má typové označení Soloassist II. Nemocnice jej pořídila prostřednictvím dotačního programu REACT-EU a chirurgové jej používají u laparoskopických zákroků, které mají ve Vsetíně mnohaletou, úspěšnou tradici.

Robotickou ruku si naši operatéři vyzkoušeli již před rokem. Při zákrocích se osvědčila, díky evropským fondům nyní mají vlastní. Využívají ji hlavně u dlouhých, náročných operací. *„Přístroj zobrazuje operační pole s maximální stabilitou obrazu, drží kameru stále ve stejné pozici, ovládání je jednoduché, pomocí joysticku nebo hlasových povelů,“* vysvětluje primář chirurgického oddělení MUDr. Radim Slováček.

Díky novince ušetří fyzickou námahu, ale především ruce chirurga. *„Přináší nejen ulehčení práce, ale ušetří minimálně jednu ruku asistenta, který ji může použít při práci s druhým nástrojem,“* upřesňuje primář. Laparoskopickými, videoasistovanými zákroky se vsetínští chirurgové zabývají již od jejich zavedení v České republice, tedy bezmála pětadvacet let a věnují se i náročným onkochirurgickým zákrokům. *„Začali jsme operacemi žlučníku, kýl, posléze operativou v oblasti střev. V současné době operujeme celé portfolio výkonů na tlustém střevě, včetně konečníku,“* specifikuje primář.

„Tímto jsme se dostali, co se vybavení týká, na špičkovou úroveň. Máme detailnější zobrazení operovaného pole, operační postupy jsou pro pacienta šetrnější, můžeme předejít některým pooperačním komplikacím. Je to velké plus, jak pro pacienty, tak pro lékaře,“ zhodnotil primář.

Kromě robotické ruky mají naši operatéři k dispozici řadu dalších novinek. Vybavení centrálních operačních sálů prošlo vloni modernizací za více než 34 milionů. Kompletně

byly obnoveny operační stoly a operační světla včetně monitorů. K dispozici jsou systémy ohřevu pacienta. Nově bylo zabudováno překladové zařízení pro usnadnění přesunu pacienta z lůžka na operační stůl. Obnovily se chirurgické vrtačky, instrumentační a manipulační vozíky.

Cílem programu je časný záchyt karcinomu plic

Odělení tuberkulózy a respiračních nemocí (TRN) se připojilo k projektu časného záchytu rakoviny plic. Toto zákeřné onemocnění bývá dlouhou dobu bez závažnějších projevů, nebolí, postupuje plíživě. Osmdesát pět procent pacientů jej objeví pozdě, kdy už úspěšná léčba není zpravidla možná.

„Cílem programu je zvýšení záchytu rakoviny plic v časném stádiu, aby bylo možné nádor operovat a zcela odstranit,“ uvedla MUDr. Jaroslava Lanžhotská, primářka oddělení TRN. Program se týká kuřáků a bývalých kuřáků ve věku 55 až 74 let, kde je takzvaná kuřácká zátěž vyšší než 20 balíčkoroků. Hodnota vznikne znásobením doby kouření (v letech) a počtu vykouřených krabiček cigaret (denně).

Do programu se zapojili také praktičtí lékaři, kteří by měli rizikové pacienty vytipovat a odesílat k plicnímu vyšetření. *„Pacienti se k nám ale mohou objednat i bez doporučení praktického lékaře, stačí zavolat na tel. 571 818 648. U nás provedeme kompletní funkční vyšetření plic, případně rentgen plic. Pokud pacient splní kritéria, a souhlasí se zařazením do programu, je odeslán k nízkodávkovému CT hrudníku, které provádí k tomu akreditovaná radiologická pracoviště. CT je přesnější, prostý rentgenový snímek nemusí vždy počínající nádor odhalit,“* doplnila primářka. Každý rok onemocní rakovinou plic v České republice přibližně šest a půl tisíce lidí, v devadesáti procentech je příčinou kouření.

K výročí jsme si nadělili také moderní podcast

Třiadvacátého dubna si nemocnice připomenula 111 let od slavnostního otevření a 16. května 111 let od přijetí prvního pacienta, toto datum je považováno za zahájení její činnosti. V průběhu celého roku si připomínáme významné osobnosti a události, ale myslíme především na současnost a budoucnost. Před odevzdáním je plán dalšího rozvoje areálu, prvním pracovním výborem byly zahájeny úpravy prostor pavilonu Čtyřlístek. Nadělili jsme si také moderní podcast Pod klobúkem.

K jedničkovému jubileu přišel pogratulovat starosta Vsetína Ing. Jiří Růžička. *„Rád bych nemocnici popřál, aby se jí dobře dařilo, aby měla spokojené pacienty, kteří naleznou pomoc v pravý čas, nadšené zaměstnance ve všech profesích, aby nemocnice vzkvétala a byla městu oporou,“* uvedl starosta Růžička. *„Kytici přijímám s obrovskou pokorou. Sto jedenáct let, to je několik tisíc zaměstnanců, kteří prošli odděleními, starali se o velkou spoustu pacientů. Naše historie je spojena s mnoha osobnostmi, lidmi, kteří museli překonávat řadu překážek, nasadili kus sebe, aby nemocnice vznikla a rozvíjela se, měli nadšení, srdce pro medicínu. Kytice patří tedy všem dřívějším i nynějším zaměstnancům, protože zdravotnictví a medicína jsou stále náročnější fyzicky i psychicky, to si asi všichni uvědomujeme,“* připomněla ředitelka nemocnice Ing. Věra Prousková.

Informace o nemocnici a jejich lidech můžete nově také poslouchat ve formě zvukových pořadů – podcastů Pod klobúkem. V březnu jsme začali s natáčením, jednotlivé rozhovory jsou na webu, ale také na YouTube a platformách Apple Podcasts a Spotify. Témata připravují Ing. Lenka Plačková a Jan Rohlík, který je také moderátorem jednotlivých pořadů. Během dvou měsíců vzniklo osm dílů, dohromady více než dvě hodiny povídání o jednotlivých odbornostech, cestě ke zdravotnictví, ale také dotazů o koníčcích a nabírání nových sil. Prvním hostem byla primářka neurologického oddělení **MUDr. Blanka Rychlíková,** a to u příležitosti tehdy právě probíhajícího Týdne mozku. *„Před covidem k nám přicházeli pacienti s bolestmi zad, hlavy, záchvatovými stavy, mozkovými příhodami. V době postcovidové se často jedná (kromě zmíněných mozkových příhod) o neurotické poruchy, které se psychosomatizují, pacienti nezvládají celkovou situaci a odráží se to v jejich somatických potížích. Bohužel vnímáme nárůst nádorových onemocnění, v posledních čtrnácti dnech jsme tu měli čtyři pacienty s nádorem. Což nebývalo. Nevím, jestli je to jen souhra náhod, že pacienti nechodili kvůli pandemii k lékaři, nebo je to následek celkové situace,“* sdělila primářka Rychlíková. Odpovídala na dotazy, týkající se prevence, tréninku mozku, vlivu alkoholu či energetických nápojů, faktorů vyvolávajícími epileptický záchvat, kvalitě spánku. A prozradila i svého netradičního koníčka.

V době, kdy myšlenky většiny z nás mířily k Ukrajině, jsme k podcastovému mikrofonu pozvali **Tetianu Syniuk, DiS**. z novorozenecké stanice dětského oddělení. Na Ukrajině pracovala jako sestra ve velkém centru péče o novorozence. U nás nejprve absolvovala sanitářský kurz, potom studium na vyšší odborné zdravotnické škole. Součástí týmu naší nemocnice je třetím rokem. Ptali jsme se na vzdělávání, zabydlení na Valašsku a samozřejmě i na současnou situaci na Ukrajině.

Poté, co se vrátila ze zimních olympijských her, jsme vyzpovídali nejmladší reprezentantku v ledním hokeji **Sáru Čajanovou,** studentku partnerské zdravotnické školy (MG, SZŠ a VOŠZ Vsetín), která absolvovala praxi v naší nemocnici. Nejvíce chválila chirurgii C a prozradila, že by v budoucnosti ráda spojila zdravotnictví se sportem a věnovala se například fyzioterapii.

V dalších dílech jsme hovořili: • **O chirurgii, robotické ruce i emocích** s primářem chirurgického oddělení **MUDr. Radimem Slováčkem** • **O konopí pro pacienty i domácí mazlíčky** s farmaceutkou **Mgr. Olgou Bartoškovou** z naší Lékárny DUO • **O maturitách, zdravce i studentech** s odbornou vyučující MG, SZŠ a VOŠZ Vsetín **Mgr. Ivetou Matějovskou** • **O vysokém krevním tlaku, léčbě i prevenci.** Hostem byl primář interního oddělení **MUDr. Ján Ürge**

Velký ohlas měl podcast se **Zdeňkou Nesvadbovou,** která v naší nemocnici pracuje padesát let. Čtyři desetiletí jako sestra u lůžka na chirurgii, v posledních deseti letech při odběrech u dárců krve na hematologicko-transfuzním oddělení. O své práci i obou pracovištích hovoří s láskou. I o proměnách nemocnice. *„Co se týká přístrojového vybavení v naší nemocnici, to nemá podle mne konkurenci, je perfektní. Pokrok jde dopředu. I proměna areálu, naše krásná nová interna. To je neskutečné,“* vysvětlila.

Všechny rozhovory najdete na webu v sekci Informace, oddělení Podcast Pod klobúkem

Při hojení defektu uspěl podtlak s proplachem

Raritní případ zhojení velmi rozměrného defektu prezentovali v odborném tisku i na konferenci zdravotníci chirurgického oddělení Vladimíra Rohlíková, MUDr. Petr Rohlík a MUDr. Tomáš Bár. Využili instilační terapii, která kombinuje podtlak s proplachem.

Pacientem byl jednapadesátiletý muž, diabetik, od svých dvaceti let na inzulinové terapii. Dlouhodobě trpící neuropatií, syndromem diabetické nohy.

„Před osmi lety byla provedena amputace článku palce, později amputace a reamputace dalších prstů a nakonec amputace v bérci. Do nemocnice se dostal v covidovém období s teplotami, únavou, známkami celkového vyčerpání. A s novým defektem, dekubitem čtvrtého stupně nad sedacím hrbolem, který podkožně komunikoval s píštělí na pahýlu pod kolenem,“ uvedli v práci zdravotníci.

Započali v intenzivní terapii rozvíjející se sepse. Po zákroku v celkové narkóze pokračovali v lokální terapii rozsáhlého defektu. *„Vzhledem k přítomné ranné infekci jsme zvolili instilační podtlakovou terapii V.A.C.ULTA. K proplachům jsme použili roztok Aspirox. Převaz touto technikou jsme provedli třikrát v rozmezí dvou až čtyř dnů. Plocha defektu (70 x 20 cm) se vyčistila, odstranily se nekrózy, hnis, zápach a pokračovali jsme v běžné podtlakové terapii. Zapotřebí bylo čtrnáct převazů,“* hodnotí zdravotníci s tím, že po této přípravě rány byla u pacienta provedena plastika epidermálním štěpem.

Hospitalizace trvala pět měsíců, pacient byl na mnoha pracovištích od standardní chirurgie přes JIP, interní oddělení až po ARO. *„Bohužel, celkový stav se lepšil velmi pomalu, zejména z důvodu chronické anémie a negativní psychiky. Nicméně, dnes je pacient opět samostatný, pohybuje se s protézou, o francouzských holích,“* doplňují.

Fyzioterapeuti absolvovali kurz Easy Flossingu

Fyzioterapeuti rehabilitačního oddělení absolvovali kurz a v praxi začali pracovat se systémem Easy Flossing, který využívá vylepšené techniky bandážování širokými kompresními gumami z přírodního latexu. *„Pomáhá pacientům, kteří trpí bolestí a omezeným pohybem v kloubu. Sofistikované techniky bandážování končetin potlačují bolest, zvětšují rozsah pohybu, ovlivňují tvorbu lymfy, optimalizují svalové napětí,“* specifikovala vedoucí fyzioterapeutka Mgr. Pavlína Matějčková.

Jubilejní 1000. dárce krve přišel i se spolupracovníky

Jubilejního 1000. dobrovolného dárce krve přivítali zdravotníci hematologicko-transfuzního oddělení v závěru března. Petr Procházka přitom slavil i své osobní výročí, krev daroval popadesáté. A darovat přišel i se svými kolegy z Gumáren Zubří. *„Krev jsem poprvé daroval na začátku devadesátých let, společně se svými příbuznými. Měli jsme v rodině závažný zdravotní problém a byla zapotřebí krev, tak jsme se všichni domluvili a šli. Tehdy byla transfúzka ve starém objektu v areálu nemocnice, pak se teprve stěhovala na polikliniku a poté do nového,“* zavzpomínal Petr Procházka.

Jsem rád, když pacientovi dokážeme pomoci

Postavili jste mě znovu na nohy, už mě bolesti netrápí. Podobná poděkování míří na naše ortopedické oddělení poměrně často. Píšou pacienti z lázní, po rehabilitaci, po doléčení úrazů. V pandemické době ale museli ortopedi plánovanou operativu omezit a odkládat, nyní se opět vrátili k plnému spektru výkonů, tedy i totálním náhradám kolen a kyčlí. S primářem ortopedického oddělení MUDr. Tomášem Strnadem jsme si povídali o endoprotézách, různých typech zákroků, ale také jeho zkušenostech a názorech.

Jaká byla Vaše cesta k medicíně a ortopedii? Ovlivnil Vás nějaký vzor? A vyrůstal jste také na legendárním seriálu Nemocnice na kraji města?

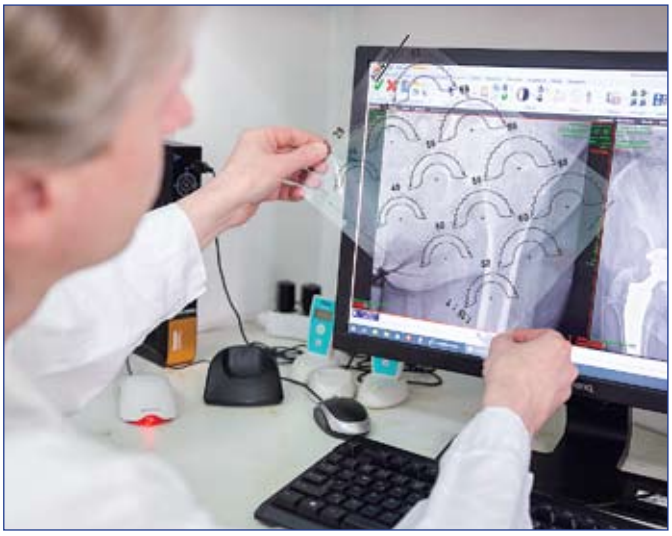
„Býval jsem často nemocné dítě. V pěti letech jsem byl hospitalizován v Ostravě-Zábřehu a prostředí nemocnice mne tehdy okouzlilo. Ano, i Nemocnice na kraji města, která mimo jiné zásadně zpopularizovala ortopedii, mne velmi bavila. Ale také knihy, například Vizita, Skalpel, prosím, Doktor v domě a řada dalších. Vzorem při studiu i práci pro mne byl každý lékař, který se mi věnoval a něco mne naučil.“

Věnoval jste se dětské ortopedii, artroskopické operativě a následně převážně endoprotetice. Dá se říci, která část ortopedie je Vám nejbližší?

„Těžko určit. Musím dělat to, co je aktuálně třeba a na co mé vědomosti a schopnosti stačí. Jsem spokojen, pokud pacientovi dovedeme pomoci, vše proběhne hladce a hlavně – je viditelný dobrý výsledek.“

V naší nemocnici působíte již řadu let. Dokážete odhadnout, kolikrát jste již operoval?

„Do vsetínské nemocnice jsem nastoupil už po maturitě před téměř 31 lety, tehdy jako sanitář, o pár let později jako lékař. Vlastní statistiku uskutečněných operací si nevedu. Bohužel, nedá se zapomenout na ty méně zdařilé (a těch bylo snad jen málo).“



Vsetínská ortopedie má široké spektrum činností. Věnuje se i novým moderním metodám a postupům s využitím speciálních šablon, vyrobených pacientovi přímo na míru s pomocí 3D tisku. Jaké jsou výhody?

„Ano, vývoj je nezastavitelný. Ale vybíráme si, uplatňujeme pouze ty metody a postupy, které jsou prokazatelně užitečné, pomáhají a přitom nijak extrémně nezatěžují nemocného ani rozpočet. 3D šablony pro endoprotézy kolenních kloubů jsou jedněmi z nich. Zaručí, důvěřujeme-li zobrazovacím metodám, počítačům a technologiím, optimální uložení umělého kloubu, usnadňují práci operujícímu a poněkud zkracují trvání operace.“

Dá se v jednoduchosti popsat, jak takový zákrok probíhá a v čem se liší od standardní operace?

„Taková operace se příliš neliší od konvenčního postupu. Jen při kroku, kdy standardně upravujeme kloubní plochy řezy podle několika variabilně nastavitelných měřících nástrojů a šablon, použijeme v daném případě pouze dva individuální, přímo na konkrétního pacienta a konkrétní koleno zhotovené mustry, čímž jsou minimalizovány možné (byť i drobné) odchylky od ideálního uložení endoprotézy.“

Z jakých materiálů jsou vlastně endoprotézy, se kterými pracujete?

„Jde o síťovaný polymerizovaný polyethylen o ultra vysoké molekulární hmotnosti (UHMWPE), keramiku a různé ušlechtilé kovové slitiny chromu, niklu, kobaltu, železa, manganu, molybdenu, titanu a hydroxyapatitu se speciálně upravenými povrchy. Nejdůležitějšími jejich vlastnostmi jsou nedráždivost vůči živým tkáním pacienta, mechanická odolnost a maximální hladkost povrchů pohyblivých částí.“

Časté jsou artroskopické zákroky. Jaké zdravotní obtíže se takto dají operovat? V čem artroskopie spočívá?

„Artroskopicky lze (až na nemnohé výjimky) dnes diagnostikovat a ošetřit prakticky jakékoliv vnitřní poškození lidských kloubů. Limitem jsou pouze dostupné (dnes již pokročilé) technologie, specifické dovednosti operatérů a opravdu drobná velikost pracovních portů – vstupů (0,5–1 cm) do kloubu. Hlavní výhodou je minimální zátěž a riziko pro pacienta, krátká (nebo i žádná) hospitalizace, rychlá rekonvalescence a příznivé kosmetické následky – nepatrné jizvy.“

Operační sály prošly modernizací vybavení, čeho si nejvíce ceníte Vy, jako ortoped?

„Vybavení sálů je nesporně modernější. Mně se nejvíce líbí operační stoly, variabilita jejich nastavení a nové, výkonné operační lampy. Novinek je ale určitě více a věřím, že nového zařízení i prostředí si cení zejména sálové instrumentářky, neboť především ony tam slouží své pracovní dny i noci.“

Poslední dva covidové roky nebyly pro ortopedickou operativu příznivé, nyní se vracíte k plánované operativě. Změnila Vás covidová doba, díváte se jinak na medicínu?

„Takzvaná covidová doba mně osobně, ortopedii ani jejím pacientům nic dobrého nepřinesla. Na medicínu se dívám stále stejně – vždy hledala a nalézala (často i s omyly) způsoby, jak chránit zdraví a životy.

Zklamán jsem z našeho, českého zdravotnictví. Podle mne je křehké, chová se iracionálně a podléhá těm nejhlasitějším bez ohledu na vědu, odbornost a potřeby všech nemocných. Mám v úctě ty zdravotníky, kteří své (čímkoli) nemocné v oné době neopustili.“

Ortopedické zákroky patří k těm časově nejnáročnějším. Jak relaxujete po náročné operaci?

„Možná patří k nejdelším, ovšem pozoruji, jak se časy běžných ortopedických operací zkracují. Nekomplikovaná výměna kolenního či kyčelního kloubu dnes trvá 50 až 90 minut, artroskopie klidně i jen 10 až 15 minut. To díky organizaci společné práce, zkušenostem a dodržování naučených správných postupů.

Co se týká odpočinku – relaxuji pouze v klidu a o samotě, k rozptýlení nepotřebuji vnější podněty, silné zážitky a podobně. Jsem v režimu ON/OFF, tedy soustředění, činnost/nečinnost, lze-li to takto popsat.“

Kalendář akcí

Připravujeme

• **Květen | 26. května | Jednotka intenzivního života |** Beseda s protagonistou, lékařem MUDr. Ondřejem Kopeckým o paliativní péči. Promítání dokumentárního filmu oceněného i Českým lvem. Kino Vatra od 15.00 hodin.

29. května | Den dětí s ANNOU | Tradiční oslava Mezinárodního dne dětí. Akce se koná v Panské zahradě ve Vsetíně od 13.00 do 19.00 hodin. Výtěžek ze slosovatelných kupónů bude věnován na nákup bondingových přikrývek pro naši porodnici.

• **Červen | 1. června | Pro děti |** Preventivní a prezentační akce u Lékárny DUO představí produkty pro děti, zdravou obuv, doplňky stravy. A nebudou chybět ani hry a soutěže.

14. června | Daruj krevní plazmu s Irisou Vsetín | Záštitu nad odběrem převzalo družstvo, které se proslavilo výrobou skleněných vánočních ozdob.

17. června | Den s vaší nemocnicí | Oblíbený program pro školáky i prevence pro dospělé. Tentokrát s podtitulem Znovu se nadechnout. Otevření vybraných pracovišť, model plic v areálu nemocnice, konzultace s pracovníky oddělení tuberkulózy a respiračních nemocí. Rady fyzioterapeutů, ukázky cvičení. Připravujeme preventivní vyšetření ledvin: zjištění přítomnosti bílkovin a krve v moči, z žilního odběru pak množství kreatininu, filtrační funkce ledvin. Vyzkoušet si můžete první pomoc, obvazovou techniku, dozvědět se více o dárcovství krve.

• **Červenec | 25. července | Pomůcky (nejen) pro babičky |** Preventivní a prezentační akce u Lékárny DUO v poliklinice u příležitosti Světového dne prarodičů a seniorů. Představení zdravotnických pomůcek, produktů. Poradenství pro pečující.

• **Srpen | 8. srpna | Nohy v pohodě |** Preventivní a prezentační akce u Lékárny DUO v poliklinice. Vhodné přezůvky pro děti do školy či školky. Poradenství.

Další informace o akcích na oddělení komunikace a marketingu, kl. 106

Přednáška docenta Dráče bude o chirurgii ruky

Chirurgie ruky, současné možnosti i limity oboru. Tak se jmenuje přednáška doc. MUDr. Pavla Dráče, Ph.D. Akce se uskuteční 15. června 2022 od 10.00 hodin v aule gymnázia Vsetín (MG, SZŠ a VOŠZ Vsetín). Koná se v rámci třináctého ročníku Literárního jara ve Vsetíně a jedním z partnerů je i naše nemocnice.

Doc. MUDr. Pavel Dráč, Ph.D. je brněnský rodák, dětství prožil ve Vsetíně. Po maturitě na zdejším gymnáziu absolvoval studium všeobecného lékařství na LF Univerzity Palackého v Olomouci. Od roku 1997 pracuje na Traumatologické klinice Fakultní nemocnice v Olomouci a od roku 2020 je přednostou tohoto pracoviště. Je školitelem v oblasti úrazové chirurgie a chirurgie ruky, kurzů péče o závažně poraněné, školí i lékařské kolegy v zahraničí. Publikuje, přednáší na konferencích v České republice i v zahraničí. A měl také rodinnou vazbu k naší nemocnici, jeho otec (stejného jména) byl dlouholetým primářem gynekologicko-porodnického oddělení naší nemocnice a připomínáme si (a budeme ještě připomínat) na stránkách našeho zpravodaje.

Počet míst pro účastníky je limitován. Zájemci, kontaktujte, prosím, pracoviště komunikace a marketingu, kl. 106, nebo e-mailem: plackova@nemocnice-vs.cz.

Plenkové dorty zamířily do Ratiboře a do Lužné

Plenkové dorty pro první děti narozené v daném měsíci putovaly tentokrát do Ratiboře a do Lužné. Duben zahájila Simonka, která přišla na svět 1. 4. 2022 v 8.11 hodin. Květen pak Mikuláš Urubek, počkal si na První máj – narodil se 23 minut po půlnoci. Maminka Marie rodila ve Vsetíně už podruhé a péči v porodnici si také tentokrát pochvalovala. Přejeme rodince (mamince Marii, tatínkovi Mirkovi a jejich ratolestem Mikulášovi a Rozárce) hodně štěstí a zdraví.

Dárky pro první miminka měsíce předáváme díky celoroční spolupráci s meziříčskou společností Bambino. Všichni novorozenci narození letos v naší porodnici od podporovatelů získávají pletené bačkůrky, maminky slevový kupón na nákup dětského zboží v hodnotě 200 Kč.

Za první čtyři měsíce tohoto roku se v naší nemocnici narodilo 246 dětí, z toho 122 chlapců a 124 dívek. Synům rodiče nejčastěji dávali jména Jan, Jonáš a Matyáš, dcerám pak Eliška, Adéla nebo Nina.

Vyšetření sedimentace centrálně, automatizovaně

Vyšetření sedimentace krve (sedimentační rychlosti erytrocytů) už nemusejí sestry realizovat na jednotlivých pracovištích, ale je prováděno centrálně a automatizovaně v laboratorním prostředí na našem hematologicko-transfuzním oddělení (HTO). Výhodou je zkrácení doby analýzy o polovinu (lékař může mít výsledek k dispozici již za hodinu), úspora času sester na lůžkových stanicích či v ambulancích, větší komfort práce, dostupnost výsledků v laboratorních informačních systémech, a samozřejmě také stabilní laboratorní podmínky, které je jinak v běžných provozech, obzvláště v letních měsících, obtížné dodržet.

„V současné době se přechází na mnoha pracovištích na automatické systémy měření rychlosti erytrocytů. Jejich používáním se vyhneme nepřesnostem, způsobených při manuálních měřeních, chybám lidského faktoru apod. Naše pracoviště disponuje automatickým analyzátorem, který pracuje při stabilní teplotě 18 stupňů Celsia a je schopen zpracovávat až 20 zkumavek současně,“ uvedla Mgr. Jana Čandová, bioanalytička HTO. Vzorek je v laboratoři označen identifikačním čárovým kódem, promíchán na rotačním míchadle a vložen do přístroje. Zkumavka je v něm osvětlena měřícím infračerveným paprskem, povrch erytrocytů je rozpoznán změnou intenzity světla. Výsledky jsou vydávány již za hodinu. Analyzátor má kompletní systém kontrol, cílem je zabezpečit analytickou spolehlivost výsledků.

„Sedimentace erytrocytů je jedno z nejběžnějších laboratorních vyšetření, při kterém sledujeme rychlost poklesu červených krvinek ve vzorku nesrážlivé krve. Patří mezi nejběžnější a nejjednodušší vyšetření krve. Hodnota bývá zvýšena u zánětů, bakteriálních infekcí, nekróz (infarktu myokardu), některých nádorů, ale také anémie. Vyšetření je nespecifické, může však upozornit na probíhající chorobný proces nebo sloužit k posouzení jeho aktivity,“ vysvětlila MUDr. Jana Pelková, primářka HTO.

Odešla před válkou, u nás přivedla na svět syna

Z Ukrajiny odjela Ivanna Chika před obavami z války. S malým dítětem, sama v devátém měsíci. Koncem března v naší porodnici přivedla na svět syna Vladyslava. *„Manžel už delší dobu pracuje tady na Valašsku, tak jsme se vydali za ním. Moc děkuji lidem z Karolinky a Nového Hrozenkova, kteří nás přijali a pomohli nám i se zabezpečením věcí pro malého. Jsem velmi vděčná, cítíme se tady v bezpečí,“* vysvětlila. Poděkování směřovala také k porodnici: *„Všichni pomáhají, jsou moc hodní, příjemní.“*

Bylinnou napářku si ženy v porodnici velmi oblíbily

Ženská bylinná napářka se ve vsetínské porodnici zabydlela, rodičky si ji pochvalují a pozitivní zkušenosti si předávají i na sociálních sítích. Za první rok ji využilo na 150 maminek a stále jich přibývá, řada z nich se dotazuje i na možnost následného používání v domácím prostředí.

„S napářkou aktivně pracují všechny porodní asistentky na porodních sálech, zkušenosti jsou velmi dobré. Napářka je oblíbenou součástí péče o rodičku v průběhu porodu,“ uvedla vrchní sestra gynekologicko-porodnického oddělení Bc. Petra Kašparová.

Jedná se o metodu napařování a detoxikace ženských pohlavních orgánů pomocí horké vody a bylinných směsí. *„Proces blahodárně působí na dělohu i pochvu ženy a pomáhá při porodním procesu uvolnit a připravit porodní cesty, zahřát, zrelaxovat celé tělo i pánev a nachystat miminku příznivé podmínky pro jeho narození,“* vysvětlují porodní asistentky. Sa-motná teplá pára z napářky má také vliv na změkčení tkání hráze, která se díky tomu stává poddanější a elastičtější.

„Využívá se v první, případně i v druhé době porodní. Některé porodní asistentky bylinný sáček využívají i k nahřívání hráze. Pro rodičky je napářka příjemná, napomáhá oddat se porodu a uvolnit se. Posiluje a zpravidelňuje děložní kontrakce. Důležitým efektem je rovněž snížení farmakomedikace,“ zhodnotila Bc. Petra Kašparová. Nemocnice má potřebné vybavení, včetně speciálních stoliček a širokého výběru bylinných směsí. Je zařazena na oficiálním seznamu porodnic, které ženskou bylinnou napářku poskytují. Zájemci najdou podrobnosti na steamy.cz.

Nový program zájemcům nabízí konzultace i stáže

Návrat do zdravotnictví. Tak se jmenuje náš nový program pro nelékařské zdravotnické pracovníky. Je určen zájemcům s potřebným vzděláním, kteří chtějí znovu pracovat v nemocnici, ale již ztratili kontakt se zdravotnickým oborem, nestihli získat dostatek zkušeností, případně si nevěří, že by tuto činnost zvládli.

„Aby se cítili co nejkomfortněji, připravili jsme pro ně speciální program. Úvodní část je složena z individuálních konzultací a stáží na jednom či více oddělení. Uchazeč má možnost nahlédnout do provozu jednotlivých úseků, sledovat práci zdravotnického personálu a oživovat si své znalosti a zkušenosti z minulosti,“ informoval Ing. Martin Pavlica, náměstek pro personální řízení, člen představenstva.

Uchazeč má možnost zúčastnit se až čtyř dvoudenních stáží na oddělení chirurgie, dětském, následné péče, ISLF (interna/neurologie). Po jejich absolvování následuje schůzka s personalistou, kde proberou, zda stáž splnila očekávání, jestli si uchazeč troufá zapojit se do provozu oddělení, případně, zda u něj přetrvávají nějaké obavy.

„Pokud se uchazeč rozhodne pro nástup do naší nemocnice, bude mu poskytnuta nadstandardní podpora při adaptačním procesu. Zaměstnanec bude mít k dispozici odpovědnou osobu (mentora), která ho bude provázet nejen prvními měsíci v novém zaměstnání, ale bude mu podporou po dobu jednoho roku, případně dle domluvy déle, dokud si zaměstnanec nebude ve své pozici zcela jistý,“ upřesnil Ing. Pavlica.

Žádáme zájemce, aby se hlásili u personalistky Ing. Evy Kurtinové | kurtinova@nemocnice-vs.cz | tel.: 571 818 428, která zodpoví všechny související dotazy.

Využíváme moderní psychodiagnostiku

Při výběru nových zaměstnanců i rozvoji těch stávajících využívá naše nemocnice od loňského roku moderní analýzy společnosti Thomas International CZ s.r.o., jedné z nejdéle působících organizací v oblasti psychodiagnostiky v rámci ČR.

„Speciální kvalifikace a vzdělání jsou u uchazečů nezbytné, ale záleží nám také na vysokém potenciálu a kompetenci pro práci ve zdravotnictví, pro práci v konkrétním týmu,“ sdělil Ing. Martin Pavlica, náměstek pro personální řízení, člen představenstva.

„Chceme znát motivaci jednotlivých kandidátů, kompatibilitu s našimi hodnotami a firemní kulturou, často i sociální kompetentnost uchazečů, ve zdravotnictví tolik nezbytnou,“ upřesnila důvody využívání těchto moderních metod testování personalistka Ing. Eva Kurtinová. Produkty společnosti jsou již nyní využívány v rámci naší Talent akademie. Budou také při výběrových řízeních na zdravotnické vedoucí pozice (primáře, vrchní sestry), tak i na THP pozice. Zajímavým bonusem je, že účastník obdrží rozsáhlou analýzu, kterou poté může využít ke svému dalšímu seberozvoji.

Oživení operativy a nový chirurgický pavilon

Současnost se potkává s minulostí. I dnes usilujeme o nový chirurgický pavilon a po pandemických omezeních opět oživujeme operativu, náš text se však vrací k událostem historickým. U příležitosti 111. výročí nemocnice si postupně připomínáme milníky i osobnosti, které naši historii utvářely. Průvodcem je nám i tentokrát vydařený historický kalendář, který jsme si k výročí nadělili. V minulém vydání zpravodaje jsme společně prošli etapu od myšlenek vybudování nemocnice až do roku 1928, kdy zemřel první primář, vynikající lékař, chirurg, propagátor MUDr. Josef Gregor. Dnešní ohlédnutí bude patřit jeho následovníkům.

Po úmrtí MUDr. Gregora byl na místo primáře vypsán konkurz. Z mnoha žadatelů byl vybrán a primariát obdržel MUDr. Josef Holz. Kdo byl vlastně tento lékař, který po bezmála tři desetiletí stál v čele nemocnice a provedl ji náročnými časy?

Vztah k pacientům měl primář Holz v genech

MUDr. Josef Holz absolvoval Lékařskou fakultu Univerzity Karlovy v Praze v letech 1911 – 1917. Lásku k medicíně, zručnost a výjimečný vztah k pacientům měl po svém otci stejného jména, vynikajícím lékaři s výrazným sociálním cítěním, který působil v tehdy samostatné Líšni (od roku 1944 je brněnskou městskou částí) a tamní lidé si jej velmi považovali. Po významném lékaři je pojmenována jedna z tamních ulic: Holzova.

Ale vraťme se k synovi. Do Vsetína přichází **MUDr. Josef Holz (*5. 7. 1892, †25. 12. 1960)** v roce 1929. Je mu tedy sedmatřicet let, ale má již spoustu odborných zkušeností. Byl vynikajícím chirurgem a přinesl z Brna do Vsetína rozšíření spektra vyšetření a chirurgických operací, začaly se zde provádět resekce žaludku, žlučových cest, operovat štítné žlázy. Svým chirurgickým uměním přilákal do Vsetína mnohé pacienty.

Nemocnice měla již krátce po jeho příchodu 160 lůžek, provoz byl neustále přetížen, nemocné nebylo možné seskupovat podle charakteru jejich choroby. Počet hospitalizovaných vzrostl oproti roku 1911 čtyřnásobně, u operací byl progres ještě vyšší. Tento stav naléhavě vyžadoval rozšíření nemocnice.

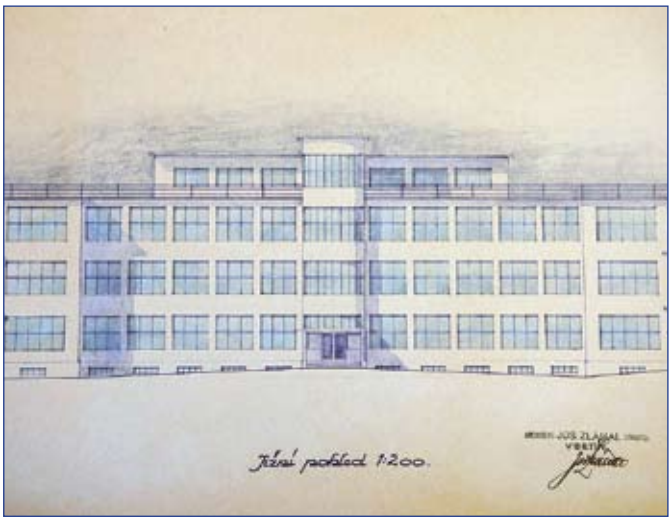
MUDr. Josef Holz (uprostřed) spolu s kolegy

Pokoj pro nemocné na interním oddělení.
Operační sál ve staré části vsetínské nemocnice

První návrh na výstavbu nového chirurgického (a gynekologického) pavilonu pochází už z roku 1932. Podal jej tehdy MUDr. Jan Tolar, člen městské rady. Návrh byl přijat, budova s osmdesáti lůžky měla být financována ze státní půjčky.

Podařilo se objevit také návrhy, které nevyhrály

V dalším kroku byla vyhlášena architektonická soutěž, zájemci posílali své návrhy pod heslem „Bečva“. Zpracováním projektu byl nakonec pověřen pražský architekt (ale také scénograf, grafik, návrhář a básník) **Vít Obrtel (*22. 3. 1901, †12. 6. 1988),** který se o mnoho let později podílel na založení pracoviště pro projektování zdravotnických zařízení (pozdější Zdravoprojekt). Jeho výkresy se nedochovaly (usuzovat můžeme jen podle realizované podoby), k dispozici ale máme nevybraný návrh od vsetínského architekta Josefa Zlámala, a to v několika pohledech. A můžeme přemýšlet, jak by jeho realizace změnila tvář nemocnice.



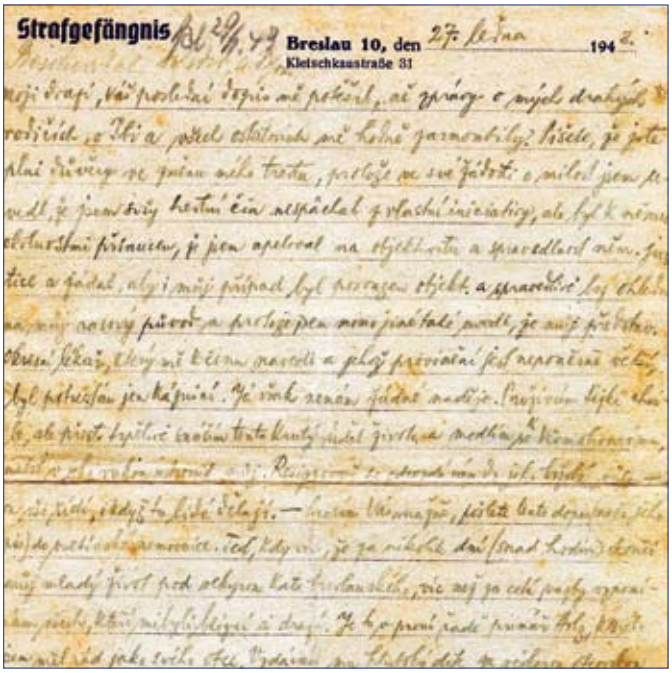
Stavbu nejprve zastavila hospodářská krize

Zasáhla však hospodářská krize, která výstavbu objektu odsunula na pozdější dobu. Ekonomická situace na Vsetínsku se však začala brzy zlepšovat, zachránila ji Zbrojovka, která se začala rozvíjet. Vzrostl počet pracovních míst, bytů, obyvatel, v souvislosti s tím však narůstaly i nároky na zdravotní péči. A významná změna se udála také v nemocnici. V roce 1937 změnila majitele, vsetínská radnice ji za odstupné převedla do správy okresu Vsetín.

Okresní úřad vypracoval návrh na přestavbu celé nemocnice, postavil hospodářskou budovu s kuchyní a prádelnou a znovu otevřel myšlenku výstavby nového chirurgického pavilonu. V roce 1940 stavbu dokonce zahájil, svěřil ji vsetínskému staviteli **Františku Lukášovi.** Okupační úřady ji však brzy zastavily. Fotografii Františka Lukáše (uprostřed s kloboukem na hlavě) i jeho kolegů najdete na dubnovém listu našeho kalendáře, s modelem pavilonu.

Z cely smrti poslal vyznání a poděkování do Vsetína

Primář MUDr. Josef Holz okupaci vnímal velmi bolestně. Nabádal lékaře, aby ve zlých dobách drželi při sobě. Podporoval i lékaře židovského původu **MUDr. Desidera Reichenthala** a když musel z rasových důvodů opustit nemocnici, zval jej MUDr. Holz na konzilia, která platil z vlastních prostředků. MUDr. Reichenthal byl zatčen za údajnou činnost v odbojové skupině, odsouzen, a v necelých 33 letech popraven. Z cely smrti ve Vratislavi píše:


Strafgefängnis Breslau 10, den 27. ledna 194
Kletschkaustraße 31

„Prosím Vás snažně, pošlete tento dopis do vsetínské nemocnice. Teď, kdy vím, že skončí můj život pod sekerou kata, vzpomínám všech, kteří mi byli blízcí a drazí. Je to v prvé řadě primář Holz, kterého jsem měl rád jako svého otce. Vzdávám mu hluboký dík za veškerou otcovskou spravedlivost, kterou mi věnoval, za všechny pokyny a rady, kterými mě jako můj učitel uváděl do vznešené vědy. S každým a se vším jsem se již rozloučil, jenom se svým povoláním, se svou milovanou a nadevše milovanou, drahou vědou lékařskou se rozloučiti nemohu. Primář Holz ví, jak vášnivě jsem ji miloval.“

Přivedl do nemocnice další žádané odborníky

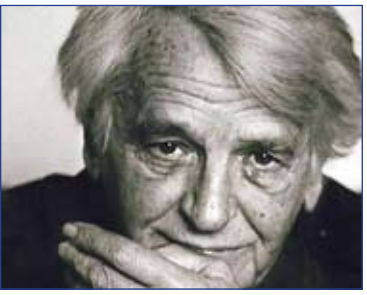
I přes tíživost doby se (tehdy již ředitel) MUDr. Josef Holz nenechal odradit a stále podnikal kroky pro doplnění týmu o další specialisty pro samostatná oddělení, která měla najít zázemí v novém pavilonu. V roce 1940 přijal lékaře pro odbornost ušní-nosní-krční, kterým byl MUDr. František Adamík. Ke spolupráci přizval rovněž plicního lékaře MUDr. Zdeňka Kubláka, který pro péči o pacienty s tuberkulózou dostal deset izolovaných lůžek v tehdejší hlavní budově. A roku 1941 zaměstnal gynekologa a porodníka MUDr. Rudolfa Houdka, jako primáře pro budoucí samostatné oddělení.

MUDr. Rudolf Houdek, k němuž se v našem textu za chvíli ještě vrátíme, sehrál velmi významnou, dalo by se říct klíčovou, roli. V roce 1942 jej totiž, zřejmě jako dobře znalého situace v Brně, poslalo okresní zastupitelství na Oberlandrat (či také oberlandrát – úřad německé okupační správy

v Protektorátu Čechy a Morava, mimochodem sídlil v budově dnešního Nejvyššího správního soudu ČR). Jeho úkolem bylo zdůvodnit nezbytnost pokračování ve stavbě nového pavilonu. Uspěl, povolení bylo uděleno, dokonce s navýšením kapacity. Architekt Vít Obrtel plány přepracoval na pětipodlažní budovu. Začalo se stavět znovu.

I když získání jakéhokoliv materiálu i vybavení bylo ve válečných časech obtížné, byla budova stavebně dokončena v závěru roku 1944. V lednu 1945 bylo čtvrté poschodí připraveno ke zprovoznění nového gynekologicko-porodnického oddělení a 20. ledna se konalo dílčí slavnostní otevření. Ještě v průběhu večera se lékaři dozvěděli, že do Vsetína míří lazaretní vlaky a následující den objekt zabere německá armáda. Všechno vybavení ještě v noci uschovali v nemocniční kapli. Po osvobození Vsetína 4. května 1945 budovu zabrali na několik týdnů lékaři Československého armádního sboru.

Pacient napsal román Smrt si říká Engelchen



Mezi zraněnými, o které se nemocnice v době květnových událostí roku 1945 starala, byl i pozdější významný spisovatel **Ladislav Mňačko (*1919, †1994).** Události zachytil v knize Smrt si říká Engelchen (1959), která se věnuje partyzánskému dění v regionu. Svým pohledem popisuje okolnosti vypálení Ploštiny a další události, a to způsobem, který se značně lišil od tehdy oficiálního. Román vyvolal kontroverze, ale také získal mnohá ocenění. Dočkal se překladu do řady jazyků a slavného filmového zpracování Jána Kadára a Elmara Klose (1963), kde hlavní roli mistrně zahrál Jan Kačer. Ladislav Mňačko v knize nemocnici nepojmenoval a film se natáčel ve Zlíně, jednalo se však skutečně o naši nemocnici. Potvrzení jsme našli i ve Státním okresním archivu Vsetín, kde byl uložen záznam, že Ladislav Mňačko byl ve vsetínské nemocnici ošetřen a hospitalizován se střelným zraněním v zadní části těla, což odpovídá událostem v knize. O náležitosti ke Vsetínu hovoří i některé skutečné postavy, především v knize jmenovaný, výborný chirurg MUDr. Břetislav Brázda, který v naší nemocnici pracoval v letech 1938–1948 a později jako primář chirurgického oddělení. Také v Mňačkových životopisných datech se objevuje, že byl zraněn ve Vsetíně a stal se prvním pacientem v „nové nemocnici“, což lze považovat za náš, tehdy nový chirurgický pavilon.

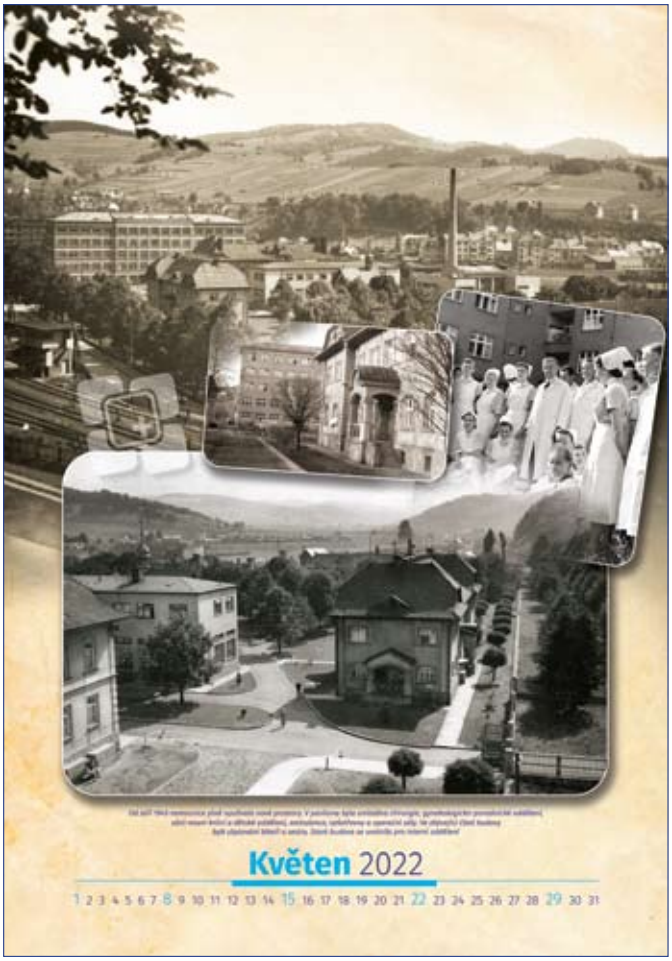
Pět nových samostatných oddělení a primářů

Oddělení se do nového mohla nastěhovat až červnu 1945. Samostatné gynekologicko-porodnické oddělení mělo 65 lůžek a chirurgie 120. V prvním patře bylo ušní-nosní-krční, část přízemí bylo vymezeno pro ubytování lékařů a sester, část získalo dětské oddělení (42 lůžek) – primářem byl jmenován **MUDr. Slavoj Vrzala.** Stará budova zůstala internímu oddělení, vedl jej zpočátku MUDr. Holz společně se staršími sekundáři. Od roku 1946 byl primářem interního oddělení **MUDr. Miroslav Vejrosta.** V budově byla zřízena klinická laboratoř.

V roce 1950 se z bytových prostor v přízemí nového chirurgického pavilonu stává oční oddělení s 26 lůžky, primářem je jmenován **MUDr. Karel Zahradníček.** O něco později se buduje nová vrátnice a internát k ubytování personálu (objekt je označován jako Bunkr, dnes na jeho místě stojí pavilon Patologie a centrálních laboratoří). V padesátých letech (1952) se nemocnice stává středem OÚNZ. Jeho prvním ředitelem byl jmenován MUDr. Ladislav Dubina, kterému byli podřízeni MUDr. Josef Holz a ředitel ambulantních středisek MUDr. Jan Míka.

Vznikají další odborná pracoviště. V roce 1953 zahajuje svou činnosti transfuzní stanice (primář **MUDr. Karel Srovnalík st.**) a v roce 1955 samostatné rentgenologické oddělení. Vedením byl pověřen primář **MUDr. Robert Moravec,** který vedle diagnostiky zavedl nádorovou i nenádorovou terapii.

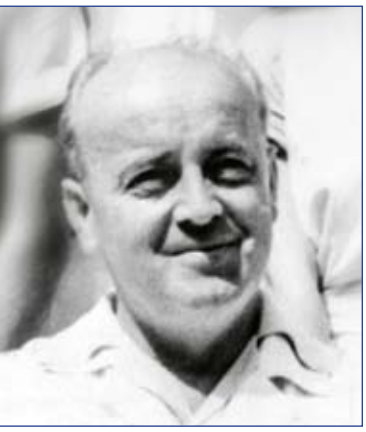
V roce 1958 má nemocnice 487 lůžek. O rok později odchází do penze ředitel a přednosta chirurgického oddělení MUDr. Josef Holz. Čas jeho života neúprosně odtikává poslední rok. Umírá v roce 1960. Vedení chirurgického oddělení převzal již zmiňovaný MUDr. Břetislav Brázda, který po



roce sám náhle umírá. Jeho fotografii najdete na červnovém kalendáři (zcela vpravo) ve společnosti MUDr. Josefa Gregora a MUDr. Josefa Holze.

Ředitelem (tehdy již Nemocnice s poliklinikou) se pak nakrátko (do roku 1961) stává MUDr. Rudolf Houdek, který se ve válečných letech tak významně zasloužil o pokračování stavby nového chirurgického pavilonu. A významně se také podílel na rozvoji gynekologie a péče o ženy na Valašsku.

Založil na Valašsku síť poraden pro těhotné



MUDr. Rudolf Houdek se narodil 28. 2. 1910 v Českých Budějovicích. V Brně absolvoval gymnázium a lékařskou fakultu, promoval v roce 1935. Byl žákem prof. MUDr. Gustava Müllera, výtečného odborníka, který se věnoval léčbě nádorů radioterapií, rozvíjel gynekologickou urologii a významně se zasloužil o rozvoj brněnské porodnice na Obilním trhu. Po obsazení Müllerovy kliniky okupanty zamířil MUDr. Houdek na Vsetín. Z Brna si přinesl zásady moderní péče. Ještě za protektorátu spolu s docentem MUDr. Ludvíkem Havláskem (tehdy primářem, zakladatelem nového oddělení v Uherském Hradišti) svolali do Valašského Meziříčí všechny praktikující porodní asistentky z celé Moravy. Přijely jich na tři stovky. Lékaři se s nimi radili, jak zajistit těhotným a rodičkám porodnickou péči na nejvyšší možné úrovni. *„Po rozboru situace byl dán návrh na zřízení funkce obvodní ženské sestry. Ta měla být pomocnicí obvodního lékaře v zajišťování preventivní péče o těhotné ženy. Návrh byl přijat a bylo určeno, aby byl nový systém vyzkoušen ve třech valašských okresech a v okrese Jihlava. Byl to dobrý začátek, osvědčil se. Základ organizace péče o ženy byl položen na Valašsku,“* zavzpomínal po letech MUDr. Houdek.

Tehdy to byl průkopnický čin. MUDr. Rudolf Houdek nejprve otevřel poradny pro těhotné ve Vsetíně a v Novém Hrozenkově. Byly ustanoveny státní obvodní porodní báby (dvě ve Vsetíně, po jedné v Novém Hrozenkově a Zděchově), v okrese pracovalo dalších 17 soukromých porodních bab. Po osvobození se pustil s elánem do zřizování poraden v dalších obcích. V roce 1948 již byly spádové okresy Vsetín, Valašské Klobouky a Valašské Meziříčí mezi prvními s hustou sítí ženských středisek a poraden pro těhotné. Postupně se začal realizovat požadavek porodu všech rodiček v nemocnici.

Primář MUDr. Houdek zdokonalil péči o těhotné, zvýšenou pozornost kladl rizikovým těhotenstvím, zvlášť se staral o zdravotní stav žen, pracujících ve sklárnách. Díky těmto a dalším opatřením se podařilo významně snížit perinatální úmrtnost. MUDr. Rudolf Houdek zavedl kolposkopii a řadu dalších moderních metod léčebných a diagnostických, pracoval také v oboru klinické onkologie. Stal se okresním odborníkem a členem kolegia krajského gynekologa, založil oddělení ve Valašském Meziříčí. Věnoval se také výchově sester na SZŠ Vsetín. Primářem byl do roku 1973, ale i později na oddělení pracoval. Zemřel 2. září 1981.

„Pracoval jsem na jeho oddělení 10 let a poznal jsem ho jako mimořádně nadaného operatéra a pro mladé lékaře ideálního pedagoga. Učil svým příkladem, že gynekologie je řehole, že gynekolog musí být člověkem ukázněným po všech stránkách… Zpočátku jsem ho v noci často budil. Vstal, přišel, umyl se a operoval. Anebo jen pomohl. Nebo jen poradil. Ale nikdy nedal na sobě znát ospalost, únavu, nebo rozmrzelost nad tím, že jsem ho třeba z přílišné úzkostlivosti volal zbytečně,“ vzpomínal na primáře Houdka vsetínský rodák **MUDr. Jiří Šimsa** (1931–1998), který po roce 1968 zažil mnoho profesních obtíží a ústrků, nakonec působil již jen jako závodní lékař. MUDr. Šimsa se uplatnil i na poli literárním: vyhrál mezinárodní soutěž Radia Canada a publikoval spolu s Bronislavem Žákem knihu Medicína bez receptu. Napsal mnoho článků ze svého oboru pro časopis Magazín aktualit.

Zavzpomínal i pozdější primář **MUDr. Pavel Dráč,** kterému se budeme podrobněji věnovat v příštím ohlédnutí: *„I přes zdravotní obtíže ani po šedesátce nepřestával MUDr. Houdek s odbornou a veřejnou činností. Stal se vedoucím nově zřízeného SKO (střediska klinické onkologie) OÚNZ, kde mohl uplatnit své myšlenky a snahy v boji proti zhoubným nádorům… I když si zamiloval Valašsko, stále ho lákalo jeho rodiště, pravidelně se vracel na jihočeská blata a do hvozdů Šumavy. Byl nimrodem, rybářem, ale vždy se zájmem o společenské dění, měl rád literaturu a výtvarné umění.“*

Byla v nemocnici první anesteziologickou sestrou

Když Věra Vystavělová držela v rukou historický kalendář k našemu 111. výročí, měla velkou radost. Je již řadu let v penzi, přesto se cítí se svojí nemocnicí stále srostlá. Ráda nad fotografiemi zavzpomínala na svou práci, na osobnosti a kolegy, se kterými se potkala.

Věra Vystavělová v roce 1986

Věra Vystavělová pracovala v nemocnici čtyřicet let, působila na čtyřech pracovištích, ošetřovatelské týmy dvou z nich také vedla, byla i hlavní sestrou. Zajímalo nás, jestli se setkala osobně například s primářem MUDr. Josefem Holzem?

„Primář MUDr. Josef Holz odešel do důchodu v roce 1959, to jsem nastoupila do zdravotnické školy. Nepotkala jsem se s ním, ale jedna vzpomínka starších kolegů mi utkvěla v paměti. Ráno stával v přízemí budovy pod hodinami a vítal zdravotníky do práce,“ zavzpomínala s úsměvem a pokračovala: *„Já mám v paměti primáře chirurgického oddělení MUDr. Jiřího Podlahu a MUDr. Františka Božka, se kterým jsem úzce spolupracovala v letech 1986 a 1987, kdy jsem působila jako vrchní sestra chirurgie.“*

Sestry ARO s primářem MUDr. Šrámkem v době založení oddělení

S úctou a respektem

A některé kolegyně sestry? *„Na fotografiích historického kalendáře jsem poznala vrchní sestru Anežku Novosadovou, pozdější hlavní sestru nemocnice, která mne a mé dvě kolegyně ze stejné školy přijímala. Byla vzorem, ke kterému jsme vzhlížely s úctou a respektem. Musím zmínit i další sestry z kalendáře, především Danu Pilíškovou, Anežku Horeckou, Libuši Koňaříkovou, které se zasloužily velkou měrou o úroveň ošetřovatelské péče,“* připomenula.

Malí pacienti z psychiatrické léčebny

Do naší nemocnice Věra Vystavělová nastoupila 15. 7. 1963 po absolvování Střední zdravotnické školy ve Zlíně, obor dětská sestra. *„Mým prvním pracovištěm bylo dětské oddělení, prvním šéfem primář MUDr. Slavoj Vrzala, který zde pracoval třicet let. Bohaté zkušenosti využíval v péči o malé pacienty nejen ze Vsetínska, ale i z oblasti Valašského Meziříčí a Slovenska. Část malých nemocných bylo z dětské psychiatrické léčebny v Brankách na Moravě. Vyžadovali mnoho ošetřovatelské i lidské péče. Byli na nás odkázáni, byli to naši miláčkové,“* vyznala se.

Věra Vystavělová (na snímku uprostřed) s dalšími vrchními sestrami Naďou Urbanovou (vlevo, ve funkci 1991 – 2001) a Miroslavou Václavíkovou (2001 – 2008)

Jednorázové pomůcky nebyly

Počet dětských pacientů i porodů byl vysoký, ale sester nebylo mnoho. *„V noci sloužila jen jedna, měla na starosti kojence, batolata i velké děti. Pomůcky na jedno použití nebyly, injekční stříkačky a jehly jsme musely vyvařovat, opravovaly jsme dětem poškozené prádlo a podobně. V návaznosti na dětské oddělení fungoval úsek novorozenecký na gynekologicko-porodnickém oddělení. To bylo naše další pracoviště. Moc krásná práce, ale někdy jsme se neměly ani čas zastavit. Například o víkendu jedna sestra ve dvanáctihodinové směně. Plný stav novorozenečků, na porodním sále se rodilo a musela jsem přijmout děťátko. Byla doba kojení, děti se musely přebalit a odvézt maminkám na šestinedělí. Spěchající řidič sanitky žádal o oblečení dítěte domů s maminkou. Tyto činnosti byly ve stejnou dobu,“* komentovala.

Instrumentářka se službami obden

V roce 1964 přešla pracovat jako instrumentářka na operační sál gynekologicko-porodnického oddělení. *„Primářem oddělení byl MUDr. Rudolf Houdek, velmi zkušený a vážený lékař. Práce byla vysoce odborná a zajímavá. Přitahovala mne, protože jsem měla v úmyslu studovat pediatrii. Byly jsme s kolegyní dvě a sloužily každý druhý den pohotovostní služby. A přesto jsme byly nadšené,“* bilancovala.

V té době se narůstal počet zákroků, rozvíjela se anesteziologie. *„Anestézie podávaly nejprve řádové sestry, po jejich odchodu z nemocnice instrumentářky. Hovořilo se o vytvoření místa anesteziologické sestry. Začala jsem se o tuto možnost zajímat a 1. srpna 1967 jsem se stala první anesteziologickou sestrou nemocnice. Má pracoviště byla na jednotlivých operačních sálech a ambulancích nemocnice,“* konstatovala.

Vrchní sestra ARO a chirurgického oddělení

Zvyšoval se počet anesteziologů i anesteziologických sester. Budovala se lůžková část ARO, která zahájila provoz 12. ledna 1976. Primářem byl MUDr. Miroslav Šrámek, jeho zástupkyní MUDr. Květoslava Hrabalová. Věra Vystavělová se stala vrchní sestrou ARO. Tuto funkci zastávala deset let a práce to byla více než náročná. *„V roce 1976 byl zahájen také provoz RZP (rychlé zdravotnické pomoci). Ve službách jsme se střídaly všechny. Měly jsme na starost anesteziologii, lůžkovou část ARO a RZP. Resuscitaci jsme zajišťovaly v celé nemocnici,“* upřesnila. Zapotřebí bylo rovněž doplnit si vzdělání. *„Všechny sestry postupně absolvovaly pomaturitní specializační studium Anesteziologie, resuscitace, intenzivní péče,“* specifikovala.

V únoru 1986 Věra Vystavělová nastoupila jako vrchní sestra na chirurgické oddělení. *„Snažili jsme se zlepšit podmínky při práci, například osvětlení ambulancí, vybudovat šatny a sklad tiskopisů. Při této činnosti byli velmi aktivní sanitáři chirurgie, i po letech jim za to děkuji,“* dodala s úsměvem. Od 1. ledna 1988 byla pověřena funkcí hlavní sestry tehdejší Nemocnice s poliklinikou Vsetín. *„Doplnila jsem si odborné vzdělání v PSS Organizace a řízení práce. Podíleli jsme se aktivně na zprovoznění polikliniky, zavedli jsme úsek Domácí péče, vyčlenili sestry. Zajišťovali jsme dostatečné množství pomůcek na jedno použití pro celou nemocnici a zjednodušení péče o nemocné,“* dodala Věra Vystavělová s tím, že funkce hlavní sestry byla zrušena v roce 1994.

„Vzhledem k průběžnému zapojení do služeb na ARO jsem si udržela erudici a znovu nastoupila na ARO jako anesteziologická sestra. Po čtyřiceti letech jsem pak 1. dubna 2003 nastoupila do starobního důchodu. Krátkou dobu jsem ještě jako důchodkyně pracovala na odborných ambulancích alergologie, diabetologie a endoskopickém pracovišti. Vzpomínek na práci v nemocnici je mnoho, vynořují se pozvolna a nedají se najednou všechny zachytit,“ zhodnotila.

A jak vnímá nemocnici nyní? *„Současnou tvář nemocnice vidím pozitivně, všem moc fandím, sleduji pravidelně dění. Všem přeji mnoho úspěchů,“* popřála Věra Vystavělová.

Řádové sestry pomáhaly při operacích i v provozu

Dnes má nemocnice 280 sester, z toho osm mužů. Výčet zahrnuje všeobecné, praktické a dětské sestry. Před 111 lety, kdy byla nemocnice založena, to byl jen zlomek tohoto počtu. Roku 1911 nastoupilo prvních šest ošetřovatelek, řádových sester Kongregace Milosrdných sester sv. Kříže. Vedle vlastní ošetřovatelské práce vykonávaly i některé provozní činnosti. V roce 1919, kdy už měla nemocnice přes sto lůžek, byl počet řádových sester zvýšen na 15, po systematizaci míst v nemocnici jich přibylo dalších sedm. Patnáct pracovalo u lůžka, ostatní jako instrumentářky, při podávání anestezií, v šicí dílně a prádelně. Několik sester bylo diplomovaných, ostatní pomocné.

V roce 1914 zavedlo rakouské ministerstvo takzvané školení civilních žen (mužů) při nemocnicích pro ošetřovatelskou činnost. Ze Vsetína se tehdy jako první přihlásila Marie Bambuchová, která se dva roky školila u řádových sester pod vedením lékařů. Musela splňovat věkový limit (od 18 let) a vzdělání (absolvování měšťanské školy). Složila úspěšně diplomovou zkoušku a obdržela čestný odznak. Byla to první civilní kvalifikovaná sestra ve Vsetíně. Několik let pracovala ve vsetínské nemocnici, poté v dětské přímořské osadě v Dalmácii a později u lékaře MUDr. Jana Tolara v Okresní nemocenské pojišťovně.

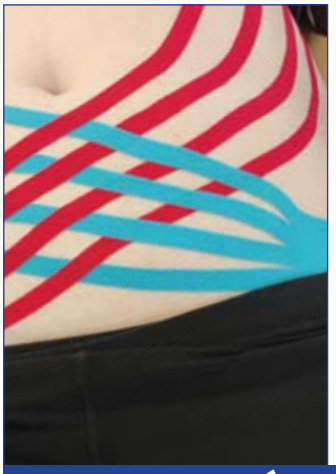
Na konci roku 1945 měla nemocnice 16 řádových sester, tři civilní sestry z povolání (nediplomované), jednu civilní diplomovanou sestru a tři zřízence. Větší příliv nastal v roce 1949, kdy získávaly potřebnou kvalifikaci v jednoročních kurzech, v závodní škole práce nebo večerním studiem střední zdravotnické školy. Řádové sestry pracovaly v nemocnici do roku 1956, kdy odcházejí dvě poslední z chirurgického a očního oddělení. Jejich odchod nebyl dobrovolný, musely tak učinit z rozkazu Státního úřadu pro věci církevní.

Workshop představil nové typy obličejových masek

Na celoobličejové masky byl zaměřen workshop neinvazivní ventilace, který se konal v naší knihovně a byl určen pro zdravotníky ARO a jednotek intenzivní péče. *„Neinvazivní ventilaci používáme už několik let. Velký rozmach tato metoda zaznamenala v době covidové pandemie, kdy byla snaha co nejvíce oddálit zajištění dýchacích cest intubací,“* uvedla vrchní sestra ARO Zdeňka Gajdošová.

Jaký byl ohlas na workshop? *„Školení nám ukázalo nové typy obličejových masek, jejich použití a další příslušenství. A bylo přínosem pro nás i pro zdravotníky z jednotek intenzivní péče,“* dodala Gajdošová.

Neinvazivní ventilace je dechová podpora pacientů pomocí plicního ventilátoru bez použití endotracheální kanyly, využívá se u pacientů s akutním i chronickým respiračním selháním. Podle studií neinvazivní ventilace zvyšuje kvalitu života pacientů, míru přežití, je spojena s nižším rizikem nozokomiálních nákaz a možných komplikací.



S pomocí tejpů se učily pečovat o jizvu i o prsa

Naše porodní asistentky se stále vzdělávají a přinášejí novinky a trendy rodičkám. Nadační fond pro rozvoj vsetínské porodnice pro ně tentokrát zajistil (opět přímo ve Vsetíně) další pokračování kurzu tejpování v těhotenství. Pod vedením lektorky Mgr. Evy Smrkovsky se tentokrát učily pomocí tejpů podpořit laktaci, zavinování dělohy, peristaltiku, močení po porodu, péči o jizvu po císařském řezu, prs při zánětu mléčných žláz či napravení vpáčené bradavky.

Poděkování

Za náročnou péči poděkoval zdravotníkům Nadační fond Svět oken: pro novorozeneckou stanici zakoupením kávovaru, na oddělení následné péče pořídil CD přehrávače s rádiem. Děkujeme

Motivovali nás k prvním krůčkům s novými klouby

„Chtěly bychom touto cestou moc poděkovat operačnímu týmu ortopedického oddělení včetně anesteziologů, lékařů, sestřiček, bratrů a ošetřovatelek. V měsíci dubnu jsme se na tomto oddělení podrobily náročným operacím (TEP). Váš mimořádný a nevšední přístup nám pomohl překonat pooperační těžkosti. Všichni s velkou ochotou plnili naše prosby a přání, motivovali nás k prvním krůčkům s novými klouby. Děkujeme též kuchyni, která zajišťovala výbornou stravu.“ S pozdravem a přáním mnoha sil při vaší těžké práci pacientky z pokoje č. 10

Dagmar Š., Milada Ř., Ing. Hana A.

Děkuji řidičům sanitek za pomoc, když bylo potřeba

„Chci vyjádřit poděkování řidičům sanitních vozů za jejich ochotu a pomoc vždy, když to bylo potřeba. Byli milí a usměvaví. Byla s nimi vždy příjemná cesta. Jmenovitě mi velmi pomohl pan Pavel B., který při úklidu sanitního vozu našel moji peněženku, odevzdal ji a pomohl, aby se ke mně dostala zpátky. Je to profesionální, ale není to samozřejmé. Moc děkuji.“

Jarmila K., Vsetín

Rodila jsem ve Vsetíně dvakrát, vždy jsem byla spokojená

„Na vaši porodnici a personál budu s láskou a vděčností vzpomínat. Rodila jsem na Vsetíně dvakrát (květen 2019 a březen 2022) a vždy jsem byla moc spokojená a měli jsme se s dětmi moc dobře. Díky porodní asistentce (moc milé Petře Šulákové) jsem měla druhý porod přirozený a nekomplikovaný, a samozřejmě i mladá paní doktorka Adámková byla úžasná. Velmi doporučuji bylinnou napářku. Péče, profesionalita a hlavně lidskost jsou na stanici šestinedělí stoprocentní a dokonalé. Děkujeme mockrát všem a přejeme Vám jen to nejlepší.“

Daniela S., Oznice

I přes náročnost doby zůstali ochotní a laskaví

„Naše maminka Ida J. byla hospitalizována na interním oddělení a její ošetřující lékařka byla MUDr. Oksana Kuchmak. Chtěli bychom mnohokrát poděkovat za lidský přístup nejen lékařce, ale také všem zdravotním sestřičkám a ostatnímu personálu na tomto oddělení. Velmi si vážíme práce všech zaměstnanců, kteří přes náročnost doby zůstali ochotní a laskaví. Děkujeme a přejeme Vám mnoho úspěchů a sil ve Vaší náročné práci.“

Irena D., Světlana S., Radek J.

Děkujeme za dar, kniha může být rádcem i pomocníkem

„Knihy hrají v životě dětí i dospívajících velmi důležitou roli. Nejenže čtení knih plní mnoho funkcí, mezi nimiž i výchovně-vzdělávací, ale rovněž se podílí na rozvoji osobnosti jedince. Na dětském oddělení může být kniha pomocníkem při zvládání stresu a náročné situace, také rádcem, díky kterému pochopí, co se kolem děje anebo i přítelem, který je zavede do světa snů a fantazie. Čas na lůžku plyne velmi pomalu a díky knize můžeme společně zahnat nudu, pobavit se, zlepšit náladu a přivést děti a žáky na jiné myšlenky. Díky správně zvolené knize se mohou z malých pacientů stát celoživotní čtenáři.

Základní a Mateřská škola při nemocnici Vsetín touto cestou srdečně děkuje Nadačnímu fondu Svět oken za sponzorský dar v hodnotě 7 000 Kč, díky kterému jsme mohli zakoupit mnoho krásných knih, které zpříjemní dětem a žákům jejich hospitalizaci, a také zajímavé vzdělávací pracovní sešity a učebnice, které obohatí vzdělávání ve školce i škole. Moc a moc děkujeme a jsme rádi, že Nadační fond pomáhá a vytváří radost všude tam, kde je to potřeba.“ Za ZŠ a MŠ při nemocnici Vsetín

Karolína Kovářová, učitelka MŠ

Originály korespondence, včetně plných jmen pisatelů, jsou uloženy u manažera kvality Ing. Libora Czeffera

Lázně Luhačovice, a.s.

Léčba dýchacích cest dospělých a dětí

- Dlouholeté zkušenosti s léčbou **onemocnění dýchacích cest**
- **3 000 dospělých i dětských pacientů** ročně
- **Děti** léčíme již **od 1,5 roku**
- **Regenerace po nemoci COVID-19**
- Léčíme přírodními **minerálními vodami** v kombinaci se špičkovou **rehabilitací**

individuální léčebný plán

přírodní uhličitá koupel

inhalace

LazneLuhacovice.cz

Prevence se zaměřila na monitoring diabetu

Oblíbené preventivní akce u Lékárny DUO v poliklinice se v březnu a dubnu věnovaly např. důležitosti vitaminu C, ale také mozku či zdravému spánku, kdy příchozím radila fyzioterapeutka. Čtrnáctého dubna na pět desítek zájemců využilo preventivní akci u příležitosti Světového dne monitoringu diabetu. K dispozici byla široká nabídka pomůcek i doplňků stravy pro diabetiky. Od sestry pro hojení ran Vladimíry Rohlíkové se zájemci dozvěděli o důležitosti prevence diabetické nohy, možnostech léčby i využití nejmodernějších materiálů pro hojení.

„Lékárna DUO má v nabídce glukometry, proužky do glukometrů, inzuliny, inzulinová pera, ale také přírodní sladidla bez cukru, kosmetiku, řadu dalších produktů a potřeb,“ informovala Mgr. Olga Bartošková. Světový den monitoringu diabetu byl vyhlášen Mezinárodní federací diabetu již v roce 1950. Má připomenout, jak důležité je pro nemocné s diabetem sledování hodnoty krevního cukru (glykémie). Díky tomu mohou správně a efektivně reagovat na svůj aktuální zdravotní stav. Cílem je také zvýšit kvalitu života diabetiků. Cukrovka je onemocnění, kterým trpí čím dál více lidí. Jen v České republice žije kolem milionu diabetiků.

Nárůst je zřejmý i na jednotlivých nemocničních pracovištích. Oddělení klinické biochemie provedlo vloni bezmála **57 tisíc stanovení glykémií.** *„Dalším nejčastějším bylo vyšetření glykovaného hemoglobinu jako střednědobého ukazatele dodržování dietního režimu u diabetiků. V roce 2021 jsme provedli u těchto pacientů 5 367 testů. Častými doplňkovými vyšetřeními jsou také lipidy a urea s kreatininem, které ukazují na zdravotní stav ledvin. U některých pacientů bývají doplněna vyšetřeními na štítnou žlázu a C-peptidem,“* uvedla primářka oddělení klinické biochemie RNDr. Dagmar Bělovová. Připomenula, že oddělení rovněž kontroluje glukometry, ať již z oddělení, tak od ambulantních pacientů a dalších zájemců.

Kromě glukometrů a proužků do glukometrů má Lékárna DUO v nabídce rovněž krémy, prostředky pro hojení ran, rehabilitační, stomické a inkontinenční pomůcky, v poliklinice mají lékárníci v nabídce zdravotní obuv, vložky do bot, hole, berle, kompresivní punčochy, chodítka, oxymetry, inhalátory. Zajistí pořízení invalidního vozíku či polohovatelného lůžka.

LÉKÁRNA Duo

Po Tasmánii a Aljašce se lékárnice vydala na Havaj

Jistě jste ji potkali při výdeji léčiv v Lékárně DUO v poliklinice. Farmaceutka PharmDr. Monika Ješová má svou práci ráda, a je to vidět, i když se chystá na daleké cesty. Tu zatím poslední musela dva roky odkládat, přeobjednávat letenky a ubytování. Důvodem byla pandemie a související covidová opatření. Za oceán se vydala až letos v polovině března a přivezla si řadu krásných zážitků. Byla to prostě Havaj.

Která exotická cesta byla první a jak jste se k ní dostala? *„Cestování jsem si zamilovala na naší svatební cestě. Vydali jsme se do Tasmánie, byla to vzdálená destinace, ale moc se mi líbila. A tak jsme naplánovali další cestu, po dvou letech jsme byli dva týdny na Aljašce.“*

Dalším cílem byl jeden z exotických rájů, ale cesta se Vám pořádně zkomplikovala. *„Cestu na Havaj jsme zaplatili dva měsíce před covidem a potom jsme ji ještě dvakrát přesouvali. Při první příležitosti, kdy se zdálo, že budeme moci odjet do Ameriky, jsme si koupili letenky znovu. Museli jsme být kompletně naočkovaní, prokázat se negativními testy a po celou dobu nosit respirátor, tedy alespoň na oficiálních místech.“*

Na Havaj je to vzdušnou čarou přes dvanáct tisíc kilometrů. Kolik hodin jste prožili v letadle? *„Cesta na Havaj je nekonečná, porovnatelná s cestou do Austrálie. Vycestovali jsme z Prahy 14. března. První přestup byl v Německu, ve Frankfurtu nad Mohanem. Další pak v San Francisku, odtud jsme zamířili rovnou do Honolulu. Cesta tam trvala 25 hodin, což je na první pohled hodně, nicméně zpět byla ještě o jedenáct hodin delší.“*

Co jste si všechno naplánovali? *„S manželem na našich cestách preferujeme aktivní odpočinek, chceme hodně vidět. Procestovali jsme celý hlavní ostrov Oahu. Vždy jsme se ale cestou někde zastavili a pozorovali surfaře.“*

Které místo na Havaji bylo pro Vás TOP? *„Na ostrově je řada krásných písečných pláží a zajímavostí. Největším zážitkem pro mě byla návštěva Národního památníku Pearl Harbor. Připomíná bezmála dva a půl tisíce Američanů, kteří zahynuli 7. prosince 1941 při útoku Japonců na tuto tichomořskou námořní základnu. Místo má zvláštního ducha a je přísně střežené. Vstup je možný jen bez zavazadel, tašek, batohů. Nesměli jsme si s sebou vzít nic kromě pití a peněženek. Na každém kroku byli američtí vojáci. Měli jsme tam obrovský respekt. Překvapilo nás, kolik Japonců pracovalo na jediné zachráněné a zpřístupněné lodi U.S. Missouri. Byli velmi milí a vyprávěli nám celou historii přístavu. Bylo to paradoxní.“*

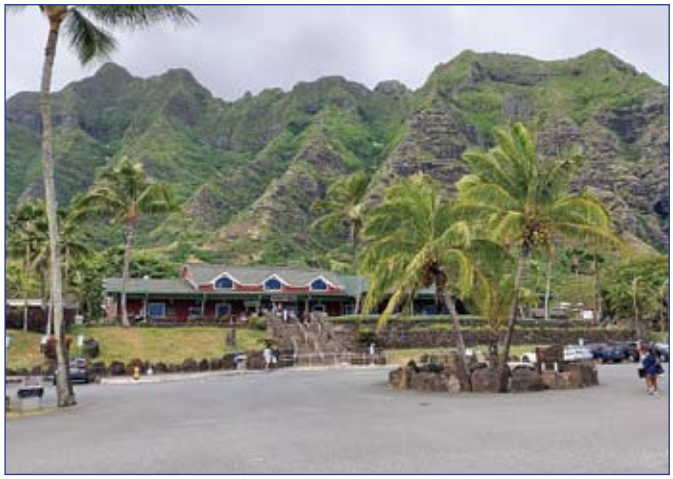
A z přírodních zajímavostí? *„Pozoruhodná byla návštěva přírodní rezervace Kualoa Ranch, kde se natáčel například Jurský park. Byly odtud nejkrásnější výhledy. Nádherný pohled se nám naskytl také po výstupu na kráter vyhaslé sopky Diamond Head, odkud je vidět celá pláž Waikiki.“*

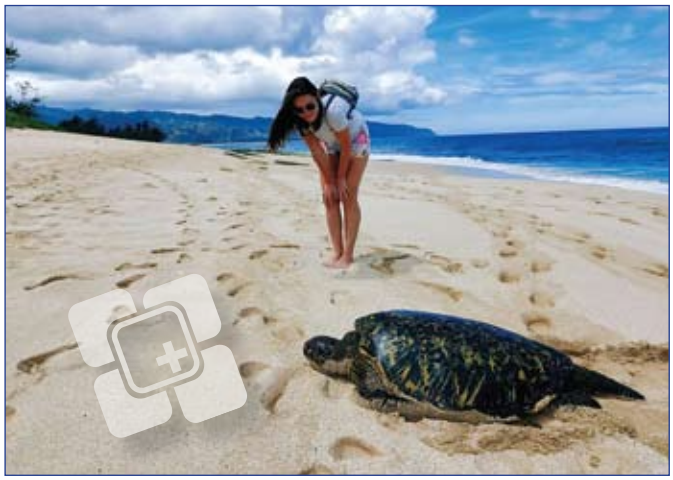
Známé jsou havajské tance květinové věnce, které místní dávají na krk turistům? Potkala Vás také tamní kultura? *„Byli jsme na Hula Dance Show. Tento tanec je kulturním dědictvím celé Havaje a návštěva dvouhodinového představení při návštěvě nesmí chybět.“*

Našla by se i nejmilejší vzpomínka? *„Nejmilejší setkání bylo s partou želv, čerstvě vyplavených z oceánu. Tyto metrové krasavice byly prostě dokonalé. Dovoleno je pozorovat je z nejméně třímetrové vzdálenosti. Neodolali jsme a na chvilku jsme přišli blíž. Většina z nich spala. Snad jim ta chvilička nevadila.“*

Co dělá farmaceutka na cestách? Neměla jste pokušení podívat se do tamní lékárny, jak funguje? *„V Americe i Austrálii jsem se setkala jen s lékárnou, která byla součástí drogérie nebo běžného hypermarketu. Nebývá to samostatný objekt jako u nás. Takže mezi šampóny a pracími prostředky je sortiment pro volný prodej. V jedné části je farmaceut, který vydává léky na recept. Sama nemám potřebu nakupovat v lékárně, když na našich cestách si celou lékáren nosím s sebou v zavazadle. Ano, trpím profesionální deformací. Manžel se vždy obává, aby na nás na letišti nepovažovali za nějaké překupníky, když čtvrtinu kufru zabírají léky a obvazový materiál.“*

A jaké jsou další plány? Kam budete balit léky příště? *„Příští rok plánujeme Mexiko a chceme to spojit s cestou po USA. A o čem sním? Mým snem je expedice na Antarktidu.“*





Zeptali jsme se

Kniha, výlet nebo pláž?
Co je tím nejlepším relaxem na dovolené?

1 | Martina Leskovjanová, DiS., všeobecná sestra, interní JIP, interní spojený lůžkový fond:

„Pro mě je nejoblíbenějším místem pro relax asi pláž. Opalovat se, na nic nemyslet a poslouchat moře s PiñaColadou v ruce. Člověk si u moře příjemně odpočine, ale mám ráda i výlety, poznávání krás navštívené země. V srpnu pojedeme s manželem na svatební cestu na Krétu. Už se těším na tyrkysové moře, výlety i památky.“

2 | MUDr. Dalibor Olšák, lékař, chirurgické oddělení:

„Nejlepším relaxem je určitě pohodička v teple, čistý vzduch, poležení na pláži a procházky kolem moře v obklopení rodiny – dcerky a manželky. Doplnit se to může samozřejmě nějakým drobným výletem po okolí na zmrzlinu, kafíčko nebo dobrou večeři. Snažíme se trávit čas spíše v poklidu a bez stresu. Nic nehrotíme ani nevytváříme velké plány. Co půjde, to půjde i podle počasí. Tak to máme rádi. Už se těšíme na letošní dovolenou do Chorvatska.“

3 | Jiří Petřek, vodohospodář, provozní oddělení:

„Ideálním relaxem je pro mě výlet. Ať už v rámci České republiky nebo do zahraničí. Nedávno jsme se vydali do Benátek obdivovat krásy města i přilehlých ostrovů. Rád bych se v blízké době vypravil na výlet do Prahy, na památky nebo za nějakou kulturou.“

4 | Jitka Strbačková, DiS., zdravotní laborantka, oddělení lékařské mikrobiologie:

„Nejlepší je kombinace kniha na pláži, ve stínku pod slunečníkem. Tam bych si sedla nebo lehla a četla bych si. V oblibě mám sci-fi, krimi a hororové žánry od Stephena Kinga. Večerní relax s knihou v ruce si užívám často i doma po práci. Ráda relaxuji také u kávy s kamarádkami nebo na procházce v přírodě. Před nedávnem jsme podnikli pěší výlet na rozhlednu Královec a pozorovatelnu Durch.“

Pohled na spokojenou maminku se nikdy neomrzí

Využití šátků Rebozo, vaginální napářky či tejpování? Nadační fond pro rozvoj vsetínské porodnice přiváží zajímavé vzdělávání přímo do Vsetína. Porodní asistentky Bc. Markéty Třetinové jsme se v naší rubrice POŠLI TO DÁL zeptali, kterou z nových metod využívá nejraději, co ji nejvíce motivuje v její práci a jaké má plány do budoucna.

Co Vás v poslední době potěšilo v práci? *„Jsem takový pracovní nadšenec a udělá mi radost každá maličkost, ale asi nejvíc mě potěšilo, když jsme se po dlouhé době mohli vrátit k normálnímu režimu před covidem.“*

Porodnice a vlastně celé oddělení neustále pracuje s novinkami, novými metodami. Která Vás nejvíce oslovila? *„Docela se u nás uchytila vaginální napářka, chválí si ji rodící ženy i personál. Myslím si, že je moc dobře, když se jako porodní asistentky neustále zlepšujeme a snažíme se nastávajícím maminkám tuto jedinečnou osobní chvíli zpříjemnit.“*

Přivádět na svět nové životy, je jistě krásné. Co Vás nejvíce motivuje ve Vaší práci? *„Když odchází spokojená maminka s dítětem v náručí. Ten pohled nikdy neomrzí.“*

Jakým vzděláváním jste již prošla a jaké jsou Vaše profesní plány? *„Moje cesta byla jasná, porodní asistentku jsem si přála vždycky dělat. Vystudovala jsem zdravotnickou školu ve Vsetíně a následně porodní asistentku ve Zlíně. A při práci jsem si dodělala doškolovací kurz v intenzivní péči pro porodní asistentky v Brně. Nyní se už budu věnovat jen praxi a získávání zkušeností v podobě kurzů a přednášek.“*

Co vzkážete svým kolegům? *„Ať jsme stejně dobrý a usměvavý kolektiv a hlavně, ať máme neustále spokojené rodičky jako doposud.“*

Komu předáváte pomyslnou štafetu v naší anketě? *„Když u nás život začíná, co přejít na pomyslný druhý konec?“* Dalším hostem našeho rozhovoru bude vedoucí laborantka oddělení patologické anatomie Mgr. Věra Maňáková.

Vyzkoušejte grilovanou celozrnnou tortillu

Slaná a teplá dobrota nemusí být vždy jen pizza. Vybrat si můžete například zdravější alternativu v podobě grilované celozrnné tortilly plné chutné náplně. Vyzkoušejte recept naší vedoucí nutriční terapeutky Ing. Bc. Gabriely Janíčkové.

Na jednu porci budete potřebovat: 1 ks celozrnné tortilly • 1 lžíci bazalkového pesta (možno vyměnit za kečup, rajský protlak, BBQ omáčku – dle libosti) • 40 g šunky • 40 g plátkového sýra (cheddar, gouda) • 2 ks cherry rajčat (pokrájet) • ½ ks papriky kápie (nakrájet na proužky) • polníček.

Tortillu nakrojíme do středu na jednotlivé čtvrtiny, pokládeme výše uvedenými surovinami. Překládáme po čtvrtinách (ze spodu nahoru – napravo a nakonec dolů), vzniklý „trojúhelník“ dáme zapéct do kontaktního grilu, případně lehce zapečeme v troubě nebo na pánvi. Hotovou doporučuji rozkrojit na polovinu, dozdobit čerstvou zeleninou, případně dochutit fermentovaným chilli Srirachou.

Takto připravená tortilla ze zmíněného množství surovin dodá 480 kcal/ 2018 KJ, 24 g bílkovin, 24 g tuku a 42g sacharidů. **Přejeme dobrou chuť a hezké, zdravě prožité dny. Nezapomínejte na pohyb a dobrou náladu.**

Pro zdraví Valašska Vsetínská nemocnice

Zpravodaj Vsetínské nemocnice *je zapsán do evidence periodického tisku, evidenční č. MK ČR E 21256 • Vydává Vsetínská nemocnice a.s., Nemocniční 955, 755 01 Vsetín, IČ: 26871068, DIČ: CZ26871068 • Zpracovává: pracoviště komunikace a marketingu, Ing. Lenka Plačková, Jan Rohlík, e-mail: plackova@nemocnice-vs.cz, tel. 571 818 106 • Úprava: Grafický ateliér Josef Šamaj • Historické fotografie Muzeum regionu Valašsko a archiv nemocnice • Tisk: Grafia Nova s.r.o. • Vydáno dne 24. května 2022 • Náklad 900 ks, výtisk je neprodejný • Zpravodaj má dvacet stran*